

Kriya Yoga Nusantara

Mencapai Realisasi Diri dengan Tehnik Hamsa

Posted on [Maret 11, 2015](#)



“Love says ‘I am everything.’ Wisdom says ‘I am nothing.’

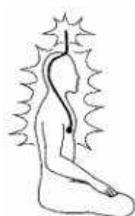
Between the two, my life flows.”

Jantung Spiritual (Hridaya)

Sama seperti tubuh manusia yang memiliki anatomi (tulang, daging, saraf, dan sebagainya), demikian juga ada anatomi yang sifatnya Esoteris. Selain ketujuh chakra yang telah banyak dikenal, beberapa sekolah spiritual juga banyak yang berbicara tentang chakra-chakra di luar Sushumna. Diketahui bahwa ada bagian lain dari Sushumna atau saluran pusat, yang terpisah dari keadaan normalnya yang biasanya selalu mengalir dari Chakra dasar hingga ke chakra mahkota. Saluran lain tambahan ini menurun dari Chakra mahkota ke pusat Jantung Spiritual, yang dalam tradisi sanskrit disebut Hridaya.

Menurut guru-guru besar seperti Ramana Maharishi dan Ganapati Muni, ada dua pusat jantung. Yang pertama pusat jantung pada tubuh halus atau Anahata Chakra, yang merupakan pusat getaran suara atau Nada. Yang kedua adalah Jantung Spiritual atau pusat dari Tubuh Kausal, yang terletak di sebelah kanan dada. Dari sana seseorang dapat secara langsung mengalami semua kemampuan dari tubuh Kausal. Pusat jantung ini melampaui Tubuh Kausal sebagai pusat kesadaran yang melampaui dualitas. Pusat ini sebaiknya tidak dibingungkan dengan chakra jantung, yang bersifat kebaktian dan mungkin masih terikat pada bentuk maupun konsep. Pengertian Jantung yang lebih tinggi atau Hridaya ini ditekankan pada study-study Vedanta, sebagai tempat Pembebasan...

Amrita Nadi



Saluran tambahan yang menurun dari Chakra mahkota ke pusat Jantung Spiritual atau Hridaya ini disebut dengan menggunakan istilah sansekerta sebagai, Amrita Nadi, “saluran keabadian”, “saluran sang diri”, atau Atma Nadi. Disebut demikian karena ia merupakan kunci untuk Realisasi Diri. Terserap dalam Atman membuat energi kita tersimpan pada Amrita Nadi. Hal ini akan membuat kita mampu menanggalkan pikiran dari obyektivitas dan melihat dunia hanya sebagai Kesadaran Tunggal..

Amrita yang berarti “nektar keabadian,” mengacu pada nektar keabadian yang menetes, dari pusat rahasia di kepala dan terbuang pada orang-orang biasa, karena rahasia itu tidak diketahui oleh mereka. Menurut Shiva-Samhita nektar keabadian memiliki dua bentuk: satu mengalir melalui saluran kiri (Ida) dan merawat tubuh; arus lain sepanjang jalur tengah (Sushumna), dengan cara itu seluruh tubuh dibanjiri, dan menghasilkan tubuh yang sempurna, diberkahi dengan kekuatan yang besar serta terbebas dari berbagai penyakit. Selain mencegah penuaan dan menganugerahkan Keabadian, dimana rahasia-rahasia kekuatan Siddhi kini terungkap...

Lakshmana Swamy salah seorang pengikut ajaran Ramana Maharshi mengatakan, Kesadaran bahwa “Aku Adalah Tubuh”, muncul di kepala kita, dari dada kanan, sesaat saat kita baru terbangun dari mimpi maupun tidur pulas. Amrita Nadi dikatakan adalah manifestasi dalam konteks hubungan antara Kesadaran Tubuh dan Kesadaran Kausal manusia. Ia adalah organ yang paling penting, atau akar dari struktur anatomi esoteris. Dan ketika Pencerahan muncul dari Amrita Nadi, maka ia akan langsung mengambil alih Kesadaran itu. Cahaya Spiritual dari Sang Diri sejati kini menjadi stabil dan bercahaya. Kesadaran palsu bahwa “Aku Adalah Tubuh” ini, yang menyebabkan ilusi keterpisahan tidak akan pernah muncul lagi... Identifikasi yang keliru bahwa kita hanyalah tubuh fisik, yang disebabkan oleh permainan Sang Maya akan hancur... Disinilah para praktisi akan mencapai Pembebasan Total, dalam Kesadaran Non Duality...

Kundalini, Amrita Nadi dan Hridaya

Bhagawan Sri Ramana Maharshi mengatakan, bahwa untuk mewujudkan Pencerahan Sempurna, sangat penting untuk diciptakan hubungan antara kenaikan Kundalini ke Sushumna dan Hridaya, Jantung Spiritual.

Kebanyakan orang, bahkan para Yogi mengira bahwa hati ada di sisi kiri dari dada. Namun Ramana Maharshi menempatkan tangan kanannya di dada kanannya dan berkata, “Di sinilah letak jantung, yang Hidup, Jantung Spiritual. Ini disebut Hridaya dan terletak di sisi kanan dada, dan dapat jelas terlihat, bagi mereka yang memiliki ketajaman mata batin. Melalui meditasi anda dapat belajar untuk menemukan Sang Diri di gua Hati ini. ”

Bhagawan Ramana juga mengatakan bahwa, setelah mencapai Sahasrara, Kundalini turun melalui Amrita Nadi menuju ke Hridaya tersebut. Mungkin ini adalah mengapa para praktisi Kundalini Yoga harus berlatih, menurunkan dan menaikkan lagi dan lagi, setelah Kundalini mencapai Sahasrara tersebut. Mungkin itu menunjukkan bahwa tujuan akhir ternyata adalah Jantung dan bukan Sahasrara. Ini mungkin bukan kebetulan bahwa Abhinavagupta, filsuf terbesar dari tradisi Siwa, berbicara tentang Hati sebagai Siwa.

Amrita Nadi adalah struktur energi yang “Bercahaya”. Amrita Nadi berbentuk seperti huruf “S”, membentang dari sisi kanan jantung (yang merupakan letak psiko-fisik Kesadaran Hakikat) sebagai “terminal lebih rendah” melalui dada, tenggorokan, dan kepala, dan kemudian ke Sumber-Matrix dari Cahaya Keilahan, jauh di atas mahkota kepala (sebagai “terminal atas” nya). Dengan demikian, Amrita Nadi mencakup kedua “lokasi” yang secara tradisional telah dicari oleh para pencari Keilahan Tertinggi...



Pentingnya Guru Hidup

Lakshmana Swamy menyatakan bahwa seorang Guru Hidup sangat penting untuk mencapai Pembebasan ini. Beliau berpendapat bahwa tanpa Guru seperti itu, kita paling hanya bisa berharap untuk mencapai konsentrasi mental, atau “effortless, thought-free state” (seperti yang sering disebutkan oleh J. Krishnamurti misalnya), tetapi agar pikiran dapat “ditarik ke jantung dan meninggal di sana“, seorang Guru Hidup yang diperlukan....

Di dalam ajaran Kriya Yoga, Tehnik Jantung Spiritual ini di kenal sebagai Tehnik Hamsa, yang akan diberikan kepada para Kriyaban dalam tingkatan Kriya 6 (lihat halaman kurikulum).

Tehnik ini dapat menghantarkan praktisi Kriyaban menuju Pembebasan Total, yang merupakan pengalaman yang menyeluruh dari Advaita: konsep non-dualitas; bahwa diri individu dan DIRI kosmik adalah Satu dan Sama...

Seorang Master yang telah menguasai tehnik ini dalam tradisi disebut dengan gelar, Paramahansa, yang diambil dari kata Hamsa, dalam sansekerta Hamsa juga berarti “angsa”, dan bukan suatu kebetulan jika bentuk dari Amrita Nadi juga menyerupai bentuk kepala “angsa”. Dalam hal ini “angsa” juga melambangkan diskriminasi spiritual yang telah berhasil terlampaui... Paramahansa adalah Ia yang berada di atas segala sesuatu, yang telah mencapai “Samadhi” (Mokhsa), “Nirvana” dalam tradisi Buddhism, atau “Fanaa” dalam Sufism. Ia yang telah mencapai Realisasi Tertinggi. Menjadi Jiva-atma, yang telah menyadari bahwa: Yang Mengetahui, Yang Diketahui dan Pengetahuan adalah Satu adanya..



The end of knowledge is love, the end of wisdom is freedom.

Tat Twam Asi (I am That)

likian

Bagikan ini:





Satu blogger menyukai ini.

Pos ini dipublikasikan di [Kekuatan Hati/Hridaya Shakti, Ramana Maharshi](#). Tandai [permalink](#).

Kriya Yoga Nusantara

Blog di WordPress.com.